



K A N S A S

RODERICK L. BREMBY, SECRETARY

KATHLEEN SEBELIUS, GOVERNOR

DEPARTMENT OF HEALTH AND ENVIRONMENT

准备紧急备用包，制定计画，及时了解信息

为了让您的家庭更好地应对任何灾难（包括恐怖袭击），您能做些什么？重要的第一步就是准备一个紧急备用包，以便您疏散时随身携带，或者需要在家中待较长时间时备用。

准备紧急备用包

您准备的备用包至少应备有能满足所有家庭成员三天的紧急供应。备用物品应储存在一个或两个坚固的防水容器中，存放于阴凉干燥处。容器中的单个物品应另外用塑料袋包装以增加防水性。备用包应足够轻便，一个成年人或一个青少年就能轻易搬运。建议您的家庭紧急备用包中包括以下物品：

- **水：**一个人饮用和洗漱一般每天至少需要 1 加仑水。人们应该计算一下他们在室外能方便地储存多少水并且能够运到另一地点。
- **食品：**不易腐烂的食品至少要保存三天的供应量。
- **一次性杯子、盘子、餐具或盥洗包**
- **使用电池的无线电收音机及备用电池**
- **手电筒及备用电池**
- **有线电话**
- **急救箱及急救指南**
- **哨子，用于发出求救信号**
- **防尘口罩，用于爆炸或建筑物倒塌后过滤空气**
- **湿的小毛巾，用于卫生目的**
- **扳手或钳子，用于关闭瓦斯水管。**
- **手开罐头器，如果您的紧急包中有罐头食品**
- **塑料布和厚胶带布。用于室内就地避难**
- **轻质雨衣，每一个家庭成员一件**
- **睡袋或毯子，每一个家庭成员一件**
- **地图和指南针，用于疏散时避免迷路。**
- **铅笔和纸张**
- **处方药置于防儿童误操作的容器中，每个家庭成员用药**
- **阅读镜和备用眼镜。**

DIVISION OF HEALTH
CENTER FOR PUBLIC HEALTH PREPAREDNESS
CURTIS STATE OFFICE BUILDING, 1000 SW JACKSON ST., STE. 330, TOPEKA, KS 66612

Voice 785-296-8605 Fax 785-296-2625 <http://www.ksprepared.org>

Disease Reporting & Public Health Emergencies:

Toll Free Phone 1-877-427-7317 Toll Free FAX 1-877-427-7318

- 婴儿配方食品和尿布，供婴幼儿使用
- 卫生纸
- 妇女卫生用品
- 垃圾袋和塑料胶带，用于弃置垃圾
- 重要家庭文件，如保险契约、遗嘱和委托书、合约、出生证明、医生开的处方和医疗记录（包括体重在 90 磅以下儿童的体重，必要时保健人员将按适当剂量让儿童服用药物）
- 逃生参考指南可以从www.ready.gov下载，也可以从各机构索取。
- 紧急备用包中物品清单

可以考虑的其它紧急备用物品：

现金和零钱或旅行支票：虽然并不建议人们在家中存放大量现金，但准备一些旅行支票是一个很好的选择，以保证您的家庭手头有足够的钱至少可供三天使用。家庭中的成年人应随时携带借记卡或信用卡。支付公路通行费时可能必须使用零钱，或可以使用零钱拨打收费电话。

行动电话和充电器或预付费电话卡：如拥有行动电话，应随身携带，并且在电话机内储存每个家庭成员的所有电话号码。每一辆家用汽车内都应该备有充电器，供每个人的行动电话充电用。预付费电话卡是一个很好的低成本替代方案，保证每个人在紧急情况下都可以拨打电话。

备用衣服、洗涤用品和化妆品：正如您出差或外出旅游时所计画的那样，您可能需要将这些用品放在您的紧急备用包里。但是，这些并非是逃生所必需的物品，它们会增加紧急备用包的体积和重量。

燃油：在费用允许的情况下，车辆应总是加满油，以便疏散时需要。人们不应在家中存放汽油，因为这会构成火灾危险。您可能要考虑在车上放一个经批准的空汽油容器，以满足长途旅行之需要。但即使这样，在正常情况下，车上该空容器不应盛装汽油。

防水火柴。在紧急状况下，火柴可能是一个小的低成本热源和光源，可以用来取暖和做饭。但对幼龄儿童来说，这也是一个可能的安全顾虑。如果是疏散到预先安排的住处（如宾馆或亲戚家），可以不必带火柴（见下节“制定计画”）。

制定计画

您的家庭应制定一个周密计画，以便在紧急状况下和之后相互联络。如果您必须迅速地从家里撤出，您应选择两个大家都能前往碰头的地点。一个地点应离家近但又相隔了一定安全距离，如最近的主要街道或公路拐弯处。第二个是如果灾难让您无法返回居住地时前往的地点。这可能是城里另一地区或另一附近城市一个亲友家。

其次，您应该请一个联络人，如一个住在城外的亲戚。如果发生紧急情况，每一个家庭成员都应该能够用电话或电子邮件联系到该联络人，而且应尽快联系他们。

如果家庭成员拥有行动电话，则每个人的电话机中应储存该紧急联络人以及每一个家庭成员的电话号码和/或电子邮件地址。每台行动电话应配备旅行充电器或备用电池。当然，行动电话费用高，并非所有的孩子都有足够的责任心携带。预付费电话卡是行动电话很好的低成本替代方案。几乎可以在每

一个零售店或便利店购买到这样的电话卡。可以写下家庭成员的重要联络信息，将其与电话卡一起存放在钱夹或手提包中。

及时了解信息

在紧急状况期间，及时了解世界大事，收看当地电视和收听当地广播节目，了解官方信息。保持警觉，如发现任何可疑活动，及时报告执法部门。

可以从www.ready.gov网站获得美国国土安全部提供的更多信息。